

Nel 2010 è uscito "Yoga Body: the Origins of Modern Posture Practice" di Mark Singleton. Ho trovato questo libro all'American bookstore di Amsterdam. Perché questo è un libro speciale? Perché porta la nostra attenzione su come l'Hatha Yoga origina in India e su come viene trasformato in Occidente, dove l'accento è oramai quasi esclusivamente sugli asana e l'aspetto filosofico viene spesso del tutto trascurato. Parla dell'origine di Suryanamaskar e dà come indubbiamente di tradizione Indiana solo tutto quello che troviamo in "Hatha Yoga Pradipika" e in "Gherandha Samhita" (e non è poco). Distingue tra hatha yoga e fachirismo, e parla ampiamente del disprezzo che circondava la pratica di solo asana, vedi Vivekananda e altri. Illustra l'influenza delle moderne pratiche ginniche sul sistema coloniale scolastico indiano, e come certe posizioni Yoga si trovano tali e quali in compendi di educazione fisica, nonché body building e contorsionismo occidentali (v.di foto pagina 60–65).

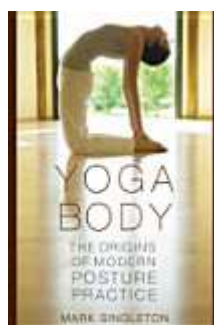


Il movimento di indipendenza anti-coloniale, poi, riscopre nello hatha yoga una ginnastica indigena e vengono organizzate addirittura delle competizioni, come per una disciplina fisica.

Bellissime illustrazioni storiche. Tutto il materiale è documentato da una ricca bibliografia, da pag. 225 fino a pagina 256! Se non lo trovi nel libro sai dove andare a trovarlo! Quanto mi piacciono le bibliografie e le documentazioni serie..... magari fosse una prassi più diffusa!

Ampio spazio anche per Mysore, Iyengar, Jois, Santa Cruz e Kaivalyadhama Lonavla.

Per chi non ha problemi con l'inglese un libro da avere. Spero che presto venga tradotto in italiano.



Titolo: Yoga Body: The Origins of Modern Posture Practice

Autore: Mark Singleton

Edizione: Illustrata

Editore: Oxford University Press, 2010

Pagine: 272